

広報高崎

Takasaki
Public
Relations

No.1520

8.15
2020

皆様のご協力をお願いします!!



新型コロナウイルスの感染者が全国で再び増加
一人一人の感染予防を改めてお願いします……P2
高崎飲食店応援チケットで市内の店を応援……P4

たかさき

すまいる

未来へ

ごみの収集作業員

熱などの症状がある人は相談してください

熱のある人

平日は発熱者受診相談センターへ



☎381-5000

(月～金曜日、午前9時30分～午後4時)

熱のある人が平日に受診できる医療機関を確保しています。発熱者受診相談センターで、相談者から症状などを聞き取り、受診できる医療機関や市保健所などを案内します

休日は発熱者外来予約専用電話へ



☎381-6000

(土・日曜日、祝日、午前9時30分～正午)

土・日曜日などに受診できる外来「土曜・休日発熱者外来」を夜間休日急病診療所（市総合保健センター1階）に開設しています。予約専用電話で、受診予約を受け付けます

●診察日時 土曜日＝午後1時30分～4時 日曜日と祝日＝午後1時～4時

気になる症状のある人

症状のある人は市保健所へ

保健予防課

(月～金曜日、午前8時30分～午後9時)

市総合保健センター総合管理室

(上記以外で急を要するとき)

市保健所は、発熱や息苦しさ、倦怠感、味覚や嗅覚がいつもと違うなど、症状に不安のある人のための電話相談窓口を開設しています。気になる症状のある人は相談してください

☎381-6112

☎381-6123

予防方法などの相談

健康課

(月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分)

☎381-6113、6114



新型コロナウイルスの感染者が再び増加しています

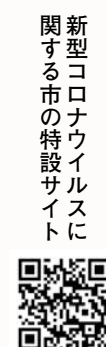
一人一人の感染予防を 改めてお願いします



●手洗いとマスク着用が基本
●周りの人との間隔も十分に
●感染予防のポイント
●手を洗うときはせっけんを使い、指先や指の間、手首まで、15～30秒かけてしっかり洗う
●マスクは隙間ができないように着用する。着用している際は熱中症に十分注意する
●周囲の人との間隔は、2m（最低でも1m）以上空ける
●会話や食事のときは、正面で向き合わず、横並びになる
●定期的に扉や窓を開けて換気する。冷房を入れていても

●感染拡大に備えて
●エタノールとマスクを確保
●市は、消毒用エタノールなどを確保し、商業施設や市立の小中学校、放課後児童クラブなどに配布しています。今後も、感染の拡大に備え、エタノールやマスクの確保・備蓄を進めていきます。

●健康状態を把握し
●熱があるときは相談を
●空気を入れ換える
●毎朝検温するなど、自分や家族の健康状態を把握してください。発熱や気になる症状があるときは、左ページの相談窓口にご相談ください。
●手洗いとマスク着用が基本
●周りの人との間隔も十分に
●感染予防のポイント
●手を洗うときはせっけんを使い、指先や指の間、手首まで、15～30秒かけてしっかり洗う
●マスクは隙間ができないように着用する。着用している際は熱中症に十分注意する
●周囲の人との間隔は、2m（最低でも1m）以上空ける
●会話や食事のときは、正面で向き合わず、横並びになる
●定期的に扉や窓を開けて換気する。冷房を入れていても



新型コロナウイルスに関する市の特設サイト

お問い合わせは、保健医療総務課（☎381-6111）か保健予防課（☎381-6112）へ。

▶ 高崎飲食店応援チケットの取扱店に聞きました



たくさんのお店が参加しているので、高崎を元気にするためにぜひ多くの人に買ってほしいです。私たちお店側も、市内全体で盛り上げていこうと、助け合いながら、一丸となって頑張っていますよ。

かっぱろ
割烹店 (成田町)

チケットを買ってもらったおかげで従業員や業者への支払いが滞りなくでき、経営が安定的になりました。プレゼントとして買う人もいて、新しいお客さんの獲得にもつながりましたね。



ピザ店店主 (中泉町)

食事はもちろん、入浴や宿泊にも使えます。お釣りが出るのでお客さんにとって使い勝手が良いようですね。使用期間が長いので、チケットを活用した企画ができないか考えていますよ。



入浴施設副支配人
(倉淵町水沼)



日本酒バー店主 (あら町)

チケットは購入店舗だけの利用なので“ここで買いたい”と言ってくれるお客さんがいて、改めてありがたいと感じています。割引もあって使用期間も長い、とてもお得なチケットだと思いますよ。

▶ 高崎飲食店応援チケットを購入した人に聞きました



いつも頑張っている店主の姿を見ていたので、少しでも力になればとチケットを買いました。職場や周りの人にも紹介しました。なんといっても使用期間が長いのが魅力ですね。

田村 富秀さん(大八木町)

チケットをSNSで知りました。行きつけのお店の店長に提案したら参加してくれることに。お店を応援したいというお客さん側の気持ちにぴったりな取り組みです。



徳見 美幸さん (浜尻町)

高崎飲食店応援チケットで 市内の飲食店を応援



また食べに
来てね
待ってるよ



応援してるよ
頑張ってるよ

みんなで盛り上げよう!! 高崎のお店!! 実行委員会は、新型コロナウイルス感染症の影響で、売り上げが落ち込んでいる市内の飲食店を応援するための取り組み「高崎飲食店応援チケット」を行っています。今回号では、チケットの概要や取扱店の声などをお知らせします。また、応援してもらいたい飲食店などを引き続き募集します。問い合わせは、産業政策課 (☎ 321-1255) へ。



お得なチケットを買って
頑張るお店を応援しよう

「お店の売り上げが減ってしまった…」こんな状況下だけど、お店の力になりたい…。高崎飲食店応援チケットは、頑張っている市内のお店と、応援したい市民をつなぎ、高崎の飲食店を後押しする取り組みです。

飲食店などで1割以上の割引が受けられるお得なチケットです。取扱店は、店に張られたポスターや旗(上記)が目印で、現在約160店舗が参加。同チケット特設サイトでも確認できます。販売価格は、3000円(500円券×6枚)からで、チケットを購入した店舗だけで利用可能。使用期間は、令和7年12月31日(水)までです。

チケットの購入方法
今年の12月31日(木)までに、同チケットのポスターや旗のある店舗で直接購入してください。割引率や販売価格は、各店舗で異なるので、購入の際に確認してください。

**参加したい店舗は
12月18日までに申請を**
取扱店として参加できるの

は、趣旨に賛同する市内の飲食店などです。

申込方法
12月18日(金)までに、左記の提出先で配布している申請書に記入して、提出先へ。申請書は、同チケット特設サイトからダウンロードもできます。

●提出先 高崎商工会議所(問屋町2丁目)、市内の各商工会、高崎観光協会(八島町)、市役所13階産業政策課
申請書を確認後、必要枚数のチケットを無料で渡します。複数の店舗が含まれる大型商業施設などの一括申し込みはできません。店舗ごとに申し込んでください。

取扱店になったら
チケットには、店舗の印などを押印してください。1割以上の割引を設定の上、3000円分から販売してください。割引の差額は各店舗の負担となります。詳しくは、産業政策課へ問い合わせてください。

高崎飲食店応援
チケット特設サイト





来年度の幼稚園児募集

公立幼稚園は、入園の時期に保護者が本市に住んでいて、保育に支障のない子どもであれば、どの園でも申し込みできます。私立幼稚園と認定こども園（幼稚園利用）は、満3歳児保育を実施するところもあります。

申し込み方法

公立幼稚園は、9月1日(火)～10日(木)に、各園で入園願書を受け付けます。私立の幼稚園と認定こども園は、9月1日から順次各園で入園願書や申込書を受け付けます。

入園資格や願書の配布開始日は、各園に問い合わせてください。見学を希望する場合は、必ず事前に各園へ予約してください。

問い合わせ先

幼稚園……教職員課（☎321-1298）
認定こども園…保育課（☎321-1246）

市道鼻高乗附線が全面開通

市道鼻高乗附線（少林山通り）の清掃管理事務所と鼻高橋との区間が、8月11日に全面開通しました。昨年10月の台風19号の被害で片側通行止めになっていましたが、復旧工事が完了しました。問い合わせは、土木課（☎321-1265）へ。

11時30分 ●会場Ⅱ市役所9階93会議室 ●内容Ⅱ専門家による、空家の管理や処分などについての相談 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ9月2日(水)までに、電話でNPO法人群馬県不動産コンサルティング協会（☎363・9866）へ

88歳と100歳以上の人に敬老祝金を贈ります
市は、敬老の意を表し、敬老祝金を贈ります。受取期日と方法は地域で異なります。100歳の人には、8月4日に通知を発送しました。88歳と101歳以上の人には、9月上旬に通知を発送するので、確認してください。

●対象Ⅱ9月1日現在本市に住民登録のある、88歳（昭和7年4月2日

子どもの人権110番
法務省と全国人権擁護委員連合会は、8月28日～9月3日を「子どもの人権110番強化週間」として、いじめや虐待などの電話相談の受付時間を延長します。秘密は厳守します。

●専用電話Ⅱ0120・007・110（IP電話からは利用できません） ●日時Ⅱ8月28日(金)～9月3日(水)、午前8時30分～午後7時（土・日曜日は午前10時～午後5時） ●問い合わせ先Ⅱ前橋地方法務局人権擁護課（☎027・221・4466）

都市計画変更案の閲覧と公聴会
市と県は、①高崎市都市計画公園（2・2・48号鼻高第3号児童公園）と②高崎市計画道路（3・3・7号前橋長瀬線）の都市計画変更の原案の閲覧と公聴会を行います。

問い合わせは、①は市都市計画課（☎321・1269）、②は県都市計画課（☎027・226・3654）か高崎土木事務所（☎322・4186）へ。

原案の閲覧
●期間Ⅱ8月18日(火)～9月1日(火)

子ども向けフットサル
●期日Ⅱ9月16日(水)午前9時30分～11時30分

新町温水プールのスポーツ教室
いずれも、計8回の教室です。入場料が毎回別途必要です。

申し込みは、8月19日(水)～24日(月)に、電話で新町温水プール（☎0274・20・2215）へ。定員を超えたときは抽選します。

小学生テニス
●期日Ⅱ①9月28日～11月30日の月曜日②10月2日～11月27日の金曜日 ●時間Ⅱ午後5時～6時 ●対象Ⅱ①小学生②小学4～6年生 ●定員Ⅱ各15人 ●費用Ⅱ8000円

子ども向けフットサル
●期日Ⅱ9月16日(水)午前9時30分～11時30分

染色体験日
●期日 ①藍染Ⅱ9月2日(水)・6日(日)・20日(日)・21日(祝) ②草木染Ⅱ13日(日)・16日(水)・22日(祝) ●時間Ⅱ午前10時～正午・午後1時30分～3時30分 ●内容Ⅱ1人1点の染色体験 ●定員Ⅱ各回先着①5人②10人 ●費用Ⅱ①ハンカチ600円、バンダナ1000円②ポケットチーフ600円、スカーフ1200円 ●申し込みⅡ電話で染料植物園へ

自然と友達になろう
ネイチャーゲーム
●日時Ⅱ10月4日(日)、午前9時30分～11時30分・午後1時～3時 ●内容Ⅱゲームをとおして自然を楽しむ ●対象Ⅱ4歳以上の人（5歳以下は保護者同伴） ●定員Ⅱ各回先着15人 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ9月5日(土)午前9時30分から、電話で染料植物園へ

保育所(園)・認定こども園 9月の申込日

●入所月＝11月から来4月 ●申込日＝9月7日(月)～16日(水) ●結果通知発送予定日＝9月30日(水)

問い合わせは、保育課（☎321-1246）か各支所市民福祉課へ。



詳しくはこちら

総合福祉センターで販売会ウフマルシェ
●日時Ⅱ9月1日・15日の火曜日、午前10時30分～午後1時（売り切れ次第終了） ●会場Ⅱ総合福祉センター ●内容Ⅱ市内の障害福祉サービス事業所が作った季節の野菜やパンなど

サツマイモ掘り体験
●日時Ⅱ10月3日(土)午前9時30分～正午 ●会場Ⅱ吉井町池地区 ●対象Ⅱ市内に在住の人 ●定員Ⅱ25組（抽選） ●費用Ⅱ1組1000円 ●申し込みⅡ9月1日(火)までに、はがきに住所・参加者全員の氏名と年齢・電話番号を書いて、〒370・2192吉井支所 産業課（☎387・3134）へ。1組1枚の応募

市民スポーツ大会・テニス
●日時Ⅱ9月19日(土)～22日(祝)、午前9時～午後5時 ●会場Ⅱ清水善造メモリアルテニスコート（井出町） ●対象Ⅱ市内に在住か在勤、在学の人 ●種目Ⅱシングルス・ダブルス（男女ABC級別） ●費用Ⅱ1人1500円、ダブルス1組1500円

ラジオ体操教室
●日時Ⅱ9月29日(火)午前10時～正午 ●会場Ⅱ市民活動センター・ソシアス ●内容Ⅱ全国ラジオ体操連盟公認の指導士の指導で、正しい基本動作などを身に付ける ●対象Ⅱ市内に在住の人 ●定員Ⅱ先着20人 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ8月27日(木)から、電話で市民活動センター・ソシアス（☎329・7114）へ

新町温水プールのスポーツ教室
いずれも、計8回の教室です。入場料が毎回別途必要です。

申し込みは、8月19日(水)～24日(月)に、電話で新町温水プール（☎0274・20・2215）へ。定員を超えたときは抽選します。

小学生テニス
●期日Ⅱ①9月28日～11月30日の月曜日②10月2日～11月27日の金曜日 ●時間Ⅱ午後5時～6時 ●対象Ⅱ①小学生②小学4～6年生 ●定員Ⅱ各15人 ●費用Ⅱ8000円

子ども向けフットサル
●期日Ⅱ9月16日(水)午前9時30分～11時30分

空き家無料相談会
●日時Ⅱ9月3日(木)午前9時30分～11時30分

生活
●日時Ⅱ10月3日～11月28日の土曜日、午前11時30分～午後0時30分 ●対象Ⅱ小学生 ●定員Ⅱ15人 ●費用Ⅱ8000円

低学年向け初めてのテニス
●日時Ⅱ10月2日～11月27日の金曜日、午後4時～5時 ●対象Ⅱ6歳～小学3年生 ●定員Ⅱ15人 ●費用Ⅱ8000円

テニスジュニア
●日時Ⅱ10月3日～11月28日の土曜日、午前11時30分～午後0時30分 ●対象Ⅱ小学生 ●定員Ⅱ15人 ●費用Ⅱ8000円

市役所本庁 ☎027-321-1111
倉渕支所 ☎027-378-3111
箕郷支所 ☎027-371-5111
群馬支所 ☎027-373-1211
新町支所 ☎0274-42-1234
榛名支所 ☎027-374-5111
吉井支所 ☎027-387-3111

催し

市有施設見学会

●日時Ⅱ9月24日(木)午前9時30分～午後4時 ●集合場所Ⅱ倉渕支所、榛名支所、乗附緑地駐車場、市役所 ●見学施設Ⅱ市美術館、染料植物園 ●対象Ⅱ市内に在住の人 ●定員Ⅱ11人（抽選） ●費用Ⅱ無料 ●その他Ⅱ倉渕支所、榛名支所、乗附緑地駐車場に無料で駐車できます ●申し込みⅡ8月28日(金)までに、電話で広報広聴課（☎321・1205）へ。グループでの申し込みは3人まで

の販売 ●問い合わせ先Ⅱ総合福祉センター（☎370・8822）

はまゆう山荘のイベント

ジャズ
●期日Ⅱ9月6日(日)・7日(月)、1泊2日 ●内容Ⅱカルテットによる生演奏、温泉入浴 ●費用Ⅱ1万3300円（はまゆう山荘の宿泊費込み） ●申し込みⅡ電話ではまゆう山荘（倉渕町川浦 ☎378・2333）へ

スポーツ

ベトナム語の相談員を募集します

市は、ベトナム語による相談の受け付けや窓口での通訳、生活情報の翻訳を行う相談員を募集します。

申し込みは、9月18日(金)までに、履歴書に



志望理由書（様式自由） 高崎の暮らしを手助け

日本語で200字程度）を添えて、〒370-8501 高崎市役所 文化課国際交流担当（☎321-1201）へ。後日面接します。

●募集人数＝1人 ●勤務地＝市役所本庁 ●任用期間＝11月上旬～来年3月31日(水) ●応募資格＝ベトナム語と日本語で生活や仕事の会話ができる語学力を持ち、パソコンの基本操作ができる ●勤務日＝週1～2日（曜日や時間は要相談） ●時給＝2,000円 ●その他＝通勤費有り



見つけたらすぐに駆除してください

クビアカツヤカミキリに注意

市内で、特定外来生物のクビアカツヤカミキリによる果樹への被害が報告されています。幼虫がサクラやモモなどの樹木の内部を食い荒らすことで、木が枯れたり倒れたりします。成虫や、幼虫のフンと木くずが混ざったフラスと呼ばれる塊を見つけたときは、環境政策課（☎321-1251）へ連絡してください。



木の根本にあるフラス

成虫は、体長2～4cmで、光沢のある黒色の体と、明るい赤色の首が特徴です。見つけたら靴で踏みつぶすなどの方法で、その場で駆除してください。

薬剤や防虫ネットを配布しています

被害を受けている樹木の土地の所有者向け

申し込みは、8月17日(月)～10月30日(金)に、市役所2階37番窓口環境政策課にある申請書に記入し、必要な物を持って同課へ。申請書などは、市ホームページからダウンロードもできます。

●費用＝無料 ●必要な物＝申請書、本人確認のできる物、被害の確認できる樹木の写真、代理人が申請する場合は委任状
モモやウメなどの果樹農家向け

対象の農家には、7月下旬に通知を送付したので確認してください。まだ薬剤などを受け取っていない人は、農林課（☎321-1261）へ問い合わせてください。

高崎経済大学の公開講座

●日時Ⅱ10月16日(金)～12月17日(木)
午後6時30分～8時、計10回 ●会場Ⅱ高崎経済大学 ●内容Ⅱ現代社会について、講師がそれぞれの専門分野から講義を行う ●対象Ⅱ18歳以上の人 ●定員Ⅱ50人（抽選） ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ9月1日(火)午前9時から、電話で消防局救急課（☎322・0491）へ

障害福祉課（☎321・1245）

商工会議所の創業支援セミナー

●日時Ⅱ9月8日(火)午後6時30分～8時30分 ●会場Ⅱ高崎商工会議所（問屋町2丁目） ●内容Ⅱ中小企業診断士による、創業に関する基礎知識などについて ●対象Ⅱ創業を考えている人 ●定員Ⅱ先着30人 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ高崎商工会議所にある申込書に記入して、ファクス（☎362・3550）で同会議所（☎361・5171）へ。申込書は、同会議所のホームページからダウンロードもできます

中小企業のためのISO研修会

●日時Ⅱ9月25日(金)午前10時～午後5時 ●会場Ⅱ産業創造館 ●内容ⅡISO9001・14001の概要と内部監査員の養成 ●定員Ⅱ先着30人 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ9月10日(木)までに、産業創造館から高崎商工会議所のホームページから申込書をダウンロードし、記入して、ファクス（☎347・3123）で産業創造館（☎320・2821）へ ●費用Ⅱ3000円 ●申し込みⅡ9月2日(木)までに、はがきに住所・氏名・電話番号を書いて、〒370・0801上並榎町1300 高崎経済大学地域科学研究所（☎344・6267）へ

聴覚に障害のある人向け初めての手話

●日時Ⅱ9月4日～11月20日の金曜日、午前10時～正午、計12回 ●会場Ⅱ群馬県社会福祉総合センター ●対象Ⅱ県内に在住の聴覚に障害のある人とその家族で、手話を学んだことがない人 ●定員Ⅱ数人 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ8月28日(金)までに、往復はがきに住所・氏名・年齢・職業・電話番号・ファクス番号・聴覚障害の有無（無の場合は聴覚に障害のある人との関係）を書いて、〒371・0843前橋市新前橋町13の12 群馬県聴覚障害者コミュニケーションプラザへ ●問い合わせ先Ⅱ障害福祉課（☎321・1245）

高崎学検定講座古墳から古代の高崎を探る

●日時Ⅱ9月26日(土)午後1時30分～3時30分 ●会場Ⅱ市民活動セン

児童センターの講座

いずれも会場は、総合福祉センター児童センターで、費用は無料です。

申し込みは、申込日の午前10時から、電話で児童センター（☎370・8825）へ。

ベビービクス

●期日Ⅱ9月17日(木) ●時間と対象
午前10時10分～11時Ⅱ3～6か月児とその保護者 午前11時10分～正午Ⅱ7～10か月児（歩き始める前まで）

に、電話で社会教育課（☎321・1295）へ

青年センターの教室

いずれも、対象は市内に在住の18歳以上の人（社交ダンスは、同教室の受講経験が2回以下の人だけ）です。

申し込みは、8月15日～29日(土)に、往復はがきに住所・氏名・電話番号・教室名を書いて、〒370・1206台新田町314 青年センター（☎

講座

自分に合う色を知ろう

●日時Ⅱ9月17日(木)午前10時～正午 ●会場Ⅱ市民活動センター・ソシアス ●内容Ⅱ目的に合わせた色の組み合わせ方や、肌や瞳に合う色の選び方などを身に付ける ●対象Ⅱ女性 ●定員Ⅱ先着20人 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ8月24日(月)午前9時から、電話で男女共同参画センター（☎329・7118）へ

親子でわらべ歌を楽しもう

●日時Ⅱ9月13日(日)、午前10時～10時50分・11時～11時50分 ●会場Ⅱ中央公民館 ●内容Ⅱ体を動かして遊ぶわらべ歌を楽しむ ●対象Ⅱ1～6歳の子どもとその保護者 ●定員Ⅱ各回12組（抽選） ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ8月27日(木)までに、電話で社会教育課（☎321・1295）へ

346・0251）へ。教室ごとに1人1枚の応募で、定員を超えたときは抽選します（初めての人を優先）。

バレエエクササイズ

●日時Ⅱ9月19日～10月24日の土曜日、午前10時30分～正午、計6回 ●定員Ⅱ10人 ●費用Ⅱ無料

もうちど高校古典

●日時Ⅱ9月24日～10月22日の木曜日、午後3時～4時30分、計5回 ●定員Ⅱ12人 ●費用Ⅱ無料

筆ペン書道

●日時Ⅱ9月25日～11月27日の金曜日、午後6時30分～8時30分、計10回 ●定員Ⅱ15人 ●費用Ⅱ2500円

お菓子作り

●日時Ⅱ9月26日～10月10日の土曜日、午後1時30分～4時、計3回 ●定員Ⅱ8人 ●費用Ⅱ3000円

初心者向け

一人でできる社交ダンス

●日時Ⅱ9月29日～12月1日の火曜日、午後6時30分～8時30分、計8回 ●定員Ⅱ男女各10人 ●費用Ⅱ無料

普通救命講習

●日時Ⅱ9月26日(土)午前9時30分～午後0時30分 ●会場Ⅱ消防局屋内訓練場 ●内容Ⅱ心肺蘇生法、AED（自動体外式除細動器）の使用法、異物除去法、大出血時の止血法 ●対象Ⅱ本市が安中市に在住

外国人のためのオンライン日本語教室

市国際交流協会は、外国人を対象に、オンラインの日本語教室を行います。40分間の少人数によるグループレッスンで、日本語力に応じた指導が受けられます。いずれも計10回の教室で、費用は無料（通信費は利用者負担、テキスト代は別途）です。周りに日本語を学びたいと思っている外国人がいましたら、教室の紹介をお願いします。

申し込みは、各コースとも開講日の1週間前までに、電話で同協会（☎

今年はスタンラリー形式で開催

キングオブパスタ



「パスタのまち高崎」

のナンバーワンを決める

祭典・キングオブパ

スタを、今年も開催しま 2店以上巡って投票

す。今回は、10月16日(金)～11月30日(月)に、出場店舗で出品メニューを食べて、各店を巡るスタンラリー形式で実施します。

詳しくは、キングオブパスタ実行委員会（☎323-2868）へ問い合わせてください。

出店者を募集します

キングオブパスタ実行委員会は、キングオブパスタ2020の出店者を募集します。

●対象＝市内で営業し、パスタを提供する店舗

●募集数＝15店程度（抽選） ●申し込み＝8

月15日～31日(月)に、キングオブ

パスタのホームページ（右記）から

応募





「タカサキッチン」は、地場産の食材を使い、季節や旬に合わせたレシピを紹介していくコーナーです

プラムのコンポート

果物を砂糖水で煮たコンポートは、冷やして食べると暑い夏にぴったりです。プラムの品種や熟れ具合によって、甘みや酸味、食感が楽しめます。

今回のイチ押し食材…プラム

本市では、国内生産量の多い「大石早生」や「ソルダム」、大玉の「貴陽」など多くの品種を栽培。8月下旬は、甘みと酸味のバランスが良い「太陽」が旬です。



【作り方】

- ① プラムはヘタの反対側に浅く十字の切り込みを入れ、熱湯に20～30秒つけたあと、冷水に入れて皮をむく
- ② 鍋にプラムとAを入れ、おたまで煮汁をかけながら形が崩れないように中火で煮る。沸騰したら弱火にし、さらに5分ほど煮る
- ③ 粗熱が取れたら煮汁ごと冷蔵庫で冷やす
- ④ 器に盛り付けてできあがり

！ オススメ

バニラアイスやヨーグルトを添えて食べるのもオススメ。煮汁は炭酸水で割って飲んだり、ゼラチンで固めてゼリーにしたりしてアレンジできます。

【材料(2人分)】

プラム……………400g
砂糖……………大さじ4
A 水……………150ml
レモン汁……………小さじ1

(1人分 220kcal)

76.2

ラジオ高崎番組案内

問い合わせ先：ラジオ高崎 ☎322-5555

マイタウン高崎 (月～金曜日、午前9:15・午後0:30)

「マイタウン高崎」は、毎回ゲストを招いて、市内で行われる催しや市からのお知らせなどを紹介する番組です。

RADIOTAKASAKI
JOZZ3AQ-FM TAKASAKI FM76.2MHz STEREO

主な放送予定	放送予定日	主な放送予定	放送予定日
9月に国保の新しい保険証を発送します	8月17日(月)	はまゆう山荘のイベント・ジャズのタベ	8月25日(火)
市内でも被害が確認されましたクビアカツヤカミキリにご注意を	8月18日(火)	9月から始まる「高齢者ごみ出しSOS」利用申請を受け付け中です	8月27日(木)
新型コロナウイルス感染症改めて感染予防をお願いします	8月19日(水)	チケットを買って市内のお店を応援しよう「高崎飲食店応援チケット」	8月31日(月)
今年はスタンプラリー形式で開催「キングオブパスタ2020」	8月20日(木)	シリーズ「フレイル予防」①フレイルってなに？	9月1日(火)
高崎経済大学の公開講座のご案内	8月24日(月)	高崎芸術劇場公演のご案内と感染症予防対策	9月2日(水)

市役所 21 階展望ロビー アートワーク作品を入れ替え



竈木敏行さんと作品「包む」

市役所 21 階展望ロビーに設けているアートワーク展示スペースの作品を入れ替えました。今回は、本市在住の画家・竈木敏行さんの作品です。無機質な物の中に人の存在を感じさせる作品など 8 点を、11 月 30 日(月)まで展示します。

問い合わせは、管財課 ☎321-1215) へ。

児童館の指定管理者

市は、来々 4 月から児童館 4 館を管理する指定管理者を募集します。募集要項と申請書は、市役所 1 階こども家庭課で配布します。市ホームページからダウンロードもできます。

●施設の名称 倉賀野・豊岡・井野・群馬児童館 ●募集要項などの配布 8 月 24 日(月)まで ●参加表明書の受け付け 8 月 31 日(月)まで ●説明会日時 9 月 2 日(水)午後 1 時 30 分 ●申し込み 9 月 11 日(金) 18 日(金)に、申請書に必要書類を添えて、こども家庭課 ☎321-1316) へ。

少年科学館

☎321-0323

科学工作・パソコン教室

いずれも、時間は午前 9 時 30 分～正午です。

申し込みは、締め切り日までに、往復はがきに住所・保護者と子どもの氏名(シニア向けは住所・氏名・学年・電話番号・教室名を書いて、〒370-0065 末広町 23 の 1 少年

選定委員会で審査を行い、市議会の議決により指定されます

高崎経済大学の事務職員

公立大学法人高崎経済大学は、来々 4 月採用の事務職員の採用試験を行います。

試験案内は、市役所 1 階総合案内と高崎経済大学総務グループで配布しています。郵送で請求する場合は、郵便番号・住所・氏名を書いた返信用封筒(角 2 程度)に 140 円切手を貼って同封し、〒370-0801 上並横町 1300 高崎経済大学総務グループ ☎343-5416) へ。同大学のホームページからダウンロードもできます。

●試験日 10 月 4 日(日) ●採用予定人数 11 人 ●申込期間 9 月 7 日(月)～11 日(金) ●その他 受験資格など詳しくは、試験案内が同大学のホームページで確認してください

科学館へ。教室ごとに 1 人 1 枚の応募で、定員を超えたときは抽選します。



家にあるものを使って作る

●期日 9 月 12 日(土) ●会場 創作室 ●対象 小・中学生(小学 3 年生以下は保護者同伴) ●定員 18 人 ●費用 500 円 ●締め切り日 9 月 3 日(木)

●プログラミング 9 月・中・高学年向け ●期日 9 月 13 日(日) ●会場 パソコン室 ●対象 小学 3 年生～中学生(小学 3 年生は保護者同伴) ●定員 10 人 ●費用 無料 ●締め切り日 9 月 3 日

●シニア向け・貝殻やおもちゃの魚などを入れたマリンドーム作り ●期日 9 月 24 日(木) ●会場 創作室 ●対象 おおむね 60 歳以上の人 ●定員 18 人 ●費用 300 円 ●締め切り日 9 月 10 日(木)

プラネタリウムの放映休止

9 月 1 日(火)～4 日(金)・8 日(火)は、番組入れ替えなどのため放映を休止します。

問い合わせ先	保健予防課……………☎027-381-6112	群馬保健センター ……☎027-373-2764
	健康課母子保健担当…☎027-381-6113	新町保健センター ……☎0274-42-1241
	健康課健康づくり担当 ☎027-381-6114	吉井保健センター ……☎027-387-1201
	箕郷保健センター ……☎027-371-9060	榛名・倉淵保健センター ……☎027-374-4700

こころの病を抱える人の支援

参加者同士で交流を深めたり、悩みを語り合ったりできる場です。いずれも対象は、市内に在住のうつ病や統合失調症などの人で、定員は先着8人です。費用は、無料です。

申し込みは、締め切り日まで、に、障害福祉課（☎321・1358）へ。

ストレッチ体操教室

●日時Ⅱ8月25日(火)午前10時～11時30分 ●会場Ⅱ市総合保健センター4階運動室 ●内容Ⅱ楽しく体を動かして、健康増進を図る ●持ってくる物Ⅱ体育館シューズ、タオル、飲み物 ●締め切り日Ⅱ8月24日(月)

お話の会

●日時Ⅱ9月11日(金)午後1時30分～3時30分 ●会場Ⅱ市役所17階12会議室 ●締め切り日Ⅱ9月9日(水)

忘れずに受診を
新1年生の健康診断



通知を確認

市教育委員会は、来年4月に小学校へ入学する子どもの健康診断を行います。子どもたちが元気に学校生活を送れるよう、健康状態を把握し、必要な助言を行います。

対象は、平成26年4月2日～27年

4月1日に生まれた子どもです。実施場所や日時は、市教育委員会から8月7日に発送した通知で確認してください。市ホームページ（左記）でも確認できます。

問い合わせは、健康教育課（☎321・1294）へ。

特別支援学校への入学と
外国籍児童の就学

特別支援学校へ入学を希望する人は、9月30日(水)までに、学校教育課（☎321・1293）へ、外国籍を持つ子どもで公立小学校への就学を希望する人は、11月27日(金)までに、教職員課（☎321・1298）へ連絡してください。

詳しくはこちら



思春期・青年期における健康相談

●日時Ⅱ9月16日(水)午後2時～4時 ●会場Ⅱ市役所1階障害福祉課 ●内容Ⅱ思春期・青年期の心の病気が専門の精神科医師による相談 ●対象Ⅱ市内に在住の15～39歳で、心に悩みや不安がある人かその家族 ●定員Ⅱ3人（予約制） ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ9月9日(水)までに、障害福祉課（☎321・1358）へ

がん患者とその家族のための
地域がんサロン

ぴあサポぐんまは、がん患者やそ

の家族が、がん体験者などに悩みや不安を相談できるがんサロンを開催します。電話での相談は随時受け付けています。

●期日と会場 9月8日(火)Ⅱ自遊空間みちくさ(新町) 20日(日)Ⅱ総合福祉センター3階ボランティアルーム ●時間Ⅱ午後1時～3時 ●費用Ⅱ無料 ●申し込みⅡ当日直接会場へ ●問い合わせ先Ⅱぴあサポぐんま事務局（☎080・6817・7234）

熱中症に注意してください

8月1日の梅雨明けから、熱中症で搬送される人が増えています。マ

スクを着用する機会が増えている今夏は、より注意が必要です。問い合わせは、健康課健康づくり担当へ。

今日からできる熱中症対策

●水分補給をこまめにする ●エアコンや扇風機を上手に使う ●帽子 ●無理をせず、適度に休養をとる ●や日傘などで暑さを避ける工夫を ●屋外で人との距離が2m以上確保できるときは、マスクを外して活動

障害者就労相談

●日時Ⅱ9月2日・9日・16日・23日・30日の水曜日、午後1時30分～3時30分 ●会場Ⅱ市総合保健センター

まずはセルフチェックで自分の状態を確認

フレイルを防いで健康に過ごそう

問い合わせ先＝長寿社会課(☎321-1319)

「フレイル」という言葉を知っていますか。年齢を重ねることで生じる心身が衰えた状態のことで、健康と要介護の中間をいいます。今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、家で過ごす時間が長くなり、体を動かす機会が少なくなっています。体を動かさない日が続くと、フレイルが進むので、注意が必要です。

まずは、下のセルフチェックで、自分の状態を確認してください。

当てはまるものにレ点を入れてみましょう

- ☐ 体重が半年で2～3kg減った ☐ 疲れやすくなった
☐ 体を動かすことが少ない ☐ 歩くのが遅くなった
☐ 握力が落ちたなど筋力が減った

チェックの数はいくつありましたか。1・2個の人はフレイル予備軍、3個以上の人はフレイルといえます。しかし、適度な運動をする、バランスの良い食事を取る、口の健康を守ることで、フレイルの予防や、フレイルからの回復につながります。次回、フレイル予防・運動編を本紙9月15日号で紹介します。

市内29か所にあるあなたの身近な相談窓口
高齢者あんしんセンター

セルフチェックでチェックが付いて不安な人は、高齢者あんしんセンターに相談してください。同センターは、日常的な困りごとから介護サービスなどの専門的なことまで、幅広く受け付けて支援する頼れる相談窓口です。普段の生活のこともちろん相談できます。お住まいの地域のあんしんセンターは、長寿社会課に問い合わせるか、市ホームページ（右記）で確認してください。



家族や近所の人も



My City's Angel ～わが家の天使～

女子力高め、帽子が大好き。みんなを笑顔にしてくれるはーちゃん。おしゃべりや仕事草がとっても可愛い。



市川梨乃ちゃん

（1歳2か月の女の子）

湊斗の周りにいつも人が集まり賑やかにそんな中心に煌めく星の様に自分らしく輝く子に



清水湊斗くん

（6か月の男の子）

全ての検診で予約が必要です

がんセット検診で早期発見・早期治療

市は、1度に複数のがん検診が受けられる「がんセット検診」を行っています。受けられるがん検診と対象は下表のとおりです。5つのがん検診が受けられる「胃がんセット検診（午前）」と、胃がん（バリウム）を除く4つのがん検診が受けられる「ミニがんセット検診（午後）」があります。いずれも、検診会場は市総合保健センター

■検診の種類

検診項目	対象	費用※1
胸部(肺がん・結核)※2		500円
胃がん(バリウム)	40歳以上の人	800円
大腸がん		800円
前立腺がん	50歳以上の男性	500円
胃がん(リスク)	40・45歳、50歳以上で、平成29年度以降に市の検診を受けていない人	500円

※1 70歳以上(胸部は65歳以上)と生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は無料

※2 喫煙状況などにより、喀痰検査が必要な人は別途500円

問い合わせ先
健康課健康づくり担当

2階健康検診センターです。受診には予約が必要です。

申し込みは、受付専用電話（☎381-6114、6115）へ。

9月のセット検診は予約受け付け中

胃がんセット検診（午前）

検診日は、4月に配布した健康のしおりか健康づくり受診券に同封したチラシで確認してください。受付時間は、午前9時～10時と10時30分～11時30分です。

ミニがんセット検診（午後）

- 検診日＝9月1日(火)・17日(水)・25日(金)・29日(火)
- 受付時間＝午後2時～3時

10月～来年1月の検診の予約は
9月12日(土)から受け付けます

10月2日(金)～来年1月29日(金)の検診の予約を、9月12日から受け付けます。予約の受付時間は、月～金曜日(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分(9月12日だけ午前9時～午後3時)です。検診日は、健康のしおりか健康づくり受診券に同封したチラシで確認してください。

休日当番医・接骨院

●受診の際は保険証を持参してください

診療時間＝午前9時～午後6時
(前橋市の病院は午後4時まで)

モバイルにかさき▶



	9月6日(日)	9月13日(日)	9月20日(日)	9月21日(祝)	9月22日(祝)
内科	そはら内科 (貝沢町) ☎370-0011	山内医院 (北双葉町) ☎322-6338	小倉クリニック (柴崎町) ☎352-1811	みずの神経内科・内科クリニック (倉賀野町) ☎395-0888	双葉胃腸内科クリニック (双葉町) ☎388-8592
	吉村内科医院 (相生町) ☎322-2226	静内科 (小八木町) ☎370-0777	中澤医院 (筑縄町) ☎361-2996	やわたクリニック (八幡町) ☎343-2247	あおい内科クリニック (八千代町1丁目) ☎310-3939
小児科	貝沢中央医院 (東貝沢町3丁目) ☎363-7001	寺尾こどもクリニック (寺尾町) ☎324-7788	松島小児科医院 (貝沢町) ☎361-5823	小児科あさひクリニック (矢中町) ☎345-2323	ひうら医院 (剣崎町) ☎344-1175
	夜間休日急病診療所(市総合保健センター1階☎381-6119)、午前9時～正午(診療実施の有無は問い合わせてください)				
外科	昭和病院 (綿貫町) ☎347-1171	黒沢病院 (矢中町) ☎352-1166	高崎中央病院 (高関町) ☎323-2665	野口病院 (請地町) ☎322-2288	第一病院 (下小島町) ☎362-1811
整形外科	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎364-8180	整形外科はせべ医院 (井野町) ☎361-0177	植原整形外科医院 (飯塚町) ☎364-8180	内堀整形外科医院 (栄町) ☎322-8550	もぎ整形外科クリニック (井野町) ☎370-0700
婦人科	夜間休日急病診療所 (高松町) ☎381-6119 診療時間は午前9時～正午	さとうレディースクリニック (前橋市表町2丁目) ☎027-224-7606	セキールレディースクリニック (栄町) ☎330-2200 診療時間は午前9時～正午	道下産婦人科医院 (前橋市平和町1丁目) ☎027-231-7821	上条女性クリニック (栗崎町) ☎345-1221 診療時間は午前9時～正午
	9月6日・20日・22日の午後1時～6時は、産科婦人科館出張佐藤病院(若松町☎322-2243)で診療します。				
耳鼻科	耳鼻咽喉科やまぐち医院 (柴崎町) ☎353-5473	橋爪耳鼻咽喉科医院 (前橋市本町1丁目) ☎027-221-2745	耳鼻咽喉科田中医院 (鍛冶町) ☎322-2604	いとう耳鼻咽喉科 (前橋市朝倉町) ☎027-287-4707	耳鼻咽喉科角田医院 (若松町) ☎325-8844
眼科	まゆずみ眼科医院 (日高町) ☎388-8461	しみず眼科クリニック (前橋市樋越町) ☎027-230-4611	高山眼科駅前医院 (八島町) ☎327-3366	前橋ミナミ眼科 (前橋市宮地町) ☎027-288-0895	小林眼科 (南大類町) ☎353-4110
群馬郡医師会	佐藤内科医院 (下室田町) ☎374-3361	じゅん内科 (井出町) ☎388-0477	みさと診療所 (箕郷町上芝) ☎350-6080	榛名荘病院 (中室田町) ☎374-1135	二之沢病院 (足門町) ☎373-2215
	宇都木医院 (西国分町) ☎372-1404	みどりクリニック (北原町) ☎373-8611	いたがき内科クリニック (中泉町) ☎372-8822		
藤岡多野医師会	なりしげ整形外科 (吉井町本郷) ☎386-3100	――	島田医院(耳鼻科) (吉井町吉井) ☎387-3558	――	――
夜間	夜間休日急病診療所(市総合保健センター1階☎381-6119) ●診療日時 月～金曜日＝午後7時30分～10時 土・日曜日、祝日＝午後7時～10時 ●診療科目＝内科、小児科				
	夜通し薬局 ▶ 高崎相生薬局(相生町☎325-4100) ●深夜早朝営業時間(365日)＝午前0時～8時				
歯科	休日応急歯科診療所(市総合保健センター1階☎381-6120) ●診療日時＝日曜日・祝日、午前10時～正午と午後1時～3時 (休日応急歯科診療所は、高崎市歯科医師会の歯科医が診療します)				
	土曜夜間 ▶ 休日応急歯科診療所(市総合保健センター1階☎381-6120) ●診療日時＝土曜日、午後8時～10時				
接骨院	桜井(保男)接骨院 (剣崎町) ☎344-1500	明田川接骨院 (浜川町) ☎343-5317	鎌塚接骨院 (沖町) ☎343-7428	須藤忍接骨院 (大八木町) ☎362-5614	すがわら鍼灸整骨院 (山田町) ☎321-5110
	飯島接骨院 (新町) ☎0274-42-6308	あおば整骨院 (飯塚町) ☎364-5916	大河原接骨院 (京目町) ☎352-8505	丸山接骨院 (上中居町) ☎323-0185	くすの樹接骨院 (上並榎町) ☎363-0411
	寺澤接骨院 (弓町) ☎322-6303	栗原接骨院 (新町) ☎0274-42-0316	たなか接骨院 (金古町) ☎372-0590	とみざわ鍼灸接骨院 (冷水町) ☎373-7377	湯浅接骨院 (矢中町) ☎346-5678

●病院案内(24時間、高崎・倉渕・箕郷・群馬・新町・榛名地域☎325-0011、吉井地域☎0274-23-6699)

●子ども医療電話相談(☎#8000)、月～土曜日＝午後6時～翌午前8時、日曜日・祝日＝午前8時～翌午前8時



Event Guide

小沼ようすけトリオ

日時 9月19日(土)午後6時開演
会場 高崎芸術劇場 スタジオシアター



小沼ようすけトリオ

1999年ギブソンジャズギターコンペティションで優勝し、さまざまな国を旅して得た影響や経験を取り入れた音作りで世界を魅了するジャズギタリスト・小沼ようすけさんがトリオで登場。日本のアフリカン・パーカッションの第一人者である岩原大輔さん、多彩な才能を発揮するカイ・ペティートさんと奏でる、カリブ海がルーツの心地よいサウンドをお楽しみください。

●出演=小沼ようすけ（ギター）、岩原大輔（パーカッション）、カイ・ペティート（ギター、ベース、ボーカル）●入場料=4,000円（全席指定、未就学児は入場できません）●チケット=インターネット（メンバーズ）と高崎芸術劇場チケットセンター（☎321-3900）で販売中 ●問い合わせ先=高崎芸術劇場チケットセンター

黒田鈴尊×LEO 尺八と箏 邦楽の饗宴



黒田鈴尊さん



LEOさん

日時 9月4日(金)午後1時30分開演
会場 高崎芸術劇場 音楽ホール



2018年イギリス・ロンドンで開催された国際尺八コンクールで優勝するなど国内外で活躍する尺八奏者・黒田鈴尊さんと、東京藝術大学在学中で、テレビ番組への出演で話題となっている箏アーティスト・LEOさん。気鋭の邦楽奏者2人の初共演となる注目のステージをお聞き逃しなく。

●出演=黒田鈴尊（尺八）、LEO（箏）●曲目=宮城道雄「春の海」、バッハ（グノー編）「アベ・マリア」ほか ●入場料=2,000円（全席指定、未就学児は入場できません）●チケット=インターネット（メンバーズ）と高崎芸術劇場チケットセンター（☎321-3900）で販売中 ●問い合わせ先=高崎芸術劇場チケットセンター

高崎電気館の無料上映会 映画「ここに泉あり」

日時 8月29日(土)・30日(日)午後1時開演
会場 高崎電気館（柳川町）



第2次大戦後の荒廃の中、結成された高崎の市民オーケストラが、群馬交響楽団へと成長する草創期を描いた物語です。

●定員=各回先着75人 ●申し込み=8月17日(月)午前10時から、電話で高崎電気館（☎395-0483）へ



このマークのある公演は、パソコンやスマートフォンからチケットの予約・購入ができます。利用には「高崎芸術劇場メンバーズ」の登録が必要です（登録は無料、通信料は利用者負担）。手続きにはチケット代金の他に手数料がかかります。支払いは、クレジットカードか現金です。チケットの受け取りは、セブン・イレブンでの発券になります。

今回の表紙 たかさき♡すまいる㊦ ごみの収集作業員



「市民の皆さんが、分別やマスクの出し方などごみ出しのルールを守ってくれることで、私たちも安心して収集できます。これからもご協力をお願いします」と語るごみの収集作業員の皆さん。コロナ禍の中、検温や消毒、車両の換気など感染防止に努めながら、日々収集に臨んでいます。市民からありがとうといった声かけやメッセージをもらうことが仕事の励みにも。家庭での「きちんとした分別」が、今は環境を次の世代につなぐだけでなく、人の命を守ることに繋がります。撮影場所：清掃管理事務所（乗附町）

